භගන චිකිතසාව.

නොහොත්

සඬි වෙද පොත.

J. A. Jinaratna Bandara

සමස්ත ලඬකා ආයුර්වේද සම්මේලනය

විසින් පිළිගෙන

න්‍යාගසභාව කිම්වූ ශාස්ත්‍රීය ලිපිය.

1932 දෙසැම්බර් මස 27 වෙනි 28 වෙනි දිනයන්හි
මිහමුවේ පවත්වන ලද ආයුර්වේදීය
මහා සම්මේලනයේදී ප්‍රකාශයට
පමුණුවන ලදි.

නාවලපිටියේ ආශෙෂෞෂධාලයාධිපති
ආයුර්වේද වෛද්‍යවාරිධි
පානේගම කේ. ඇස්. සමරවික්‍රම
මහතා විසින් සම්පාදිතයි.

මහනුවර ආර්. ඩී. මෙණ්ඩිස් සහ සහෝදරයෝ
මුද්‍රණය කරවන ලදි.

බුද්ධ වර්ෂ 2476.

ක්‍රි: වර්ෂ 1932.

ඊ ව ම .

දමනියපොතු බෝම්පොතු අමුණහ, බත්හමඟ අඹරා බදිනු. එම පොතු වතී දෙඛම ඇඹුලෙන් ගලහා පැසවා ගනු. කැල්මව සහ ඇමැට්ටියම යහපති.

ඊ ව ම .

පැණිනෙල.

කැලපොතු, හිඹවුපොතු, රදලියපොතු, මහළුරමනියාපොතු, පුස්වැලේපොතු මේවා කොටා මිරිකා පැණිසිඳ ගනු.

ඊ ව ම .

කැවකොල පොතු කොටා ඉස්මගෙණ කකාරා පැණිසිඳ ගනු, පැලුම් සහ උලුක්කු නසයි.

ඊ ව ම .

එඩරුගසේ පංචාංගය ගෙණ සහ ලුණු සමඟ කොටා මලමා බදිනු. ඇමැට්ටි ගුණවේ.

ඊ ව ම

බුකැන්දමුලේ පොතු සහ ලුණු සමඟ පොල්දමා කොටා මලමා බදිනු. ඇමැට්ටි ගුණවේ.

උලුක්කුවට.

කොඹ්බැ කොල පොතු අඹරා ඇවඹුරා කොල පොතු සහ ලුණු සමඟ කොටා මලමා බදිනු.

ඊ ව ම .

වෙදපානකොල පොතු සහ ලුණු සමඟ කොටා මලමා බදිනු උලුක්කු සුවවේ.

ඊ ව ම .

ඇටවරා අල, ගැමන් අල, සහ ලුණු ලා එකාට මලමා බදිනු

ඊ ව ම .

මකුනුවැන්න, මැල්ල පොතු, සහ ලුණු දමා කොටා මලමා බදිනු.

ඊ ව ම .

වරකා පොතු සහ ලුණු සමඟ කොටා මලමා බදිනු උලුක්කු සුවවේ.

ඊ ව ම .

වැරල්ලකොල සහ ලුණු සමඟ කොටා මලමා බදිනු.

ඊ ව ම .

මැඩිය ගසේ කොල පොතු කහ ඵූණු සමඟ කොටා මුලවා බඳිනු.

ඊ ව ම .

පුස්වැලේ කොල පොතු කොටා පොල්කිරෙන් තම්බා බඳිනු

ඊ ව ම .

මී පොතු, වරකා පොතු, කහ ඵූණු සමඟ කොටා මුලවා බඳිනු. උපුක්කු සුවවේ.

අවසන්ධියට

කොටදිඹුලා කොල බින්නඹුරු කොල පොල්කටුඅඟුරු සමඟ අඹරා බඳිනු.

ඊ ව ම .

හිඟුරු පොතු කැලිඟ පොතු, කහ ඵූණු සමඟ කොටා මුලවා බඳිනු. එම පොතු වගී ඵූණුදියෙන් සහ දෙඛම් ඇඹුළුන් හලගා නකාරා ගානු. අවසන්ධියට යහපතී

ඊ ව ම .

හික්පොතු කහ ඵූණු සමඟ කොටා මුලවා බඳිනු.

ඊ ව ම .

දියලබුකොල, ගිරිසිල්ලකොල, බින්නඹුරුකොල කහ ඵූණු සමඟ කොටා මුලවා බඳිනු. අවසන්ධියට යහපතී.

ඊ ව ම .

කප්‍රකිනිස්සකොල, නෙළුඹුකොල, නරණකොල, කහ ඵූණු දමා කොටා මුලවා බඳිනු. අවසන්ධියට යහපතී.

ඊ ව ම .

බෝතලවැල් පොතු කහ ඵූණු සමඟ කොටා මුලවා බඳිනු. අවසන්ධියට සහ උපුක්කුවට යහපතී.

ඊ ව ම .

හිඟුරුපව කහ ඵූණු සමඟ කොටාමුලවා අටුයට තම්බා බඳිනු උපුක්කුවට අවසන්ධියට සහ රුජාවට යහපතී.

ඊ ව ම .

එසහැල් කොල දෙඛම ඇඹුලෙන් අඹරා ගෑනු. රෑජෘවව සහ ඇමෙවව යහපතී.

සන්ධි ගැනීමට.

නවහන්දි, ගොසිමැල්, පෝවකොල, ගොනුකැකොල, පුපුල දළු, ඉල්ලදළු, එම පොතු, ඛිදුරුඇල, කැප්පිටියාපිලිල, දංපිලිල මඟුල්කරද කොල, පොතු, මෙර කොල, පොතු, හීන්බෝවිටියා කොල, පොතු, කුලුවල්ලා කොල පොතු, නෙලුබැකොල පොතු ඇද්දෙමට කොල, පොතු, ගන මේ ඔසු පොල් සමඟ කහ ලුණු දමා කොටා බඳිනු. සන්ධිගනී

ඊ ව ම .

ලාවැල්ල අල අඹුකහ ලුණුදමා කොටා මලවා බඳිනු. සන්ධිගනී.

ඊ ව ම .

කොවිවපොතු කහ ලුණු දමා කොටා මලවා බඳිනු. තැල්මව උලුක්කුවව සන්ධිගැනීමව සහ ඉදිමුමට යහපතී.

ඊ ව ම .

මහබෝ කොල පොතු පොල් සමඟ කහ ලුණු දමා කොටා මලවා බඳිනු තුන්වරුවට සන්ධිගනී.

ඊ ව ම .

මිහරක් අං ගෝන අං, මුවඅං ඇත්දත්, උනලිකුඩු, කහ ලුණු සමඟ පොල්කිරෙන් තම්බා බඳිනු සන්ධිගැනීමට ප්‍රත්‍යක්ෂයි

ඊ ව ම .

සාතාවාරිඇල බැලතණ පොල් සමඟ කොටා මලවා බඳිනු සන්ධිගනී.

ඊ ව ම .

උලුවැහැල්, හිනටිහැල්, සියඹලාබොර, එන්හැල්, වියලිඉඟුරු මේවා එකපමණ ගෙණ මීපැණියෙන් අඹරා පාන්රෙද්දක හා බතනු සන්ධි ගැනීමව හා ඉදිමුමව ප්‍රත්‍යක්ෂයි

සන්ධි වැදීමට.

කොවදිඹුල කොල පොතු අඹු කොල පොතු හොදමිරිස් මල මිරිස් යනමේවා කහ ලුණු සමඟ කොටා මලවා බඳිනු සන්ධිවේදී.

ඒ ව ම .

සේරුදළු, පුපුලදළු, මස්බැද්දදළු, ගස්කැප්පිටියාදළු කොහොඹකොල, කහ, ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. සැකිවදී

ඒ ව ම .

සේරුදළු, ගස්කැප්පිටියාදළු, වැල්කැප්පිටියාදළු, පුපුලකොල, කහ, ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. සැකිවදී.

ඒ ව ම .

නෙලුබැකොල කොටදිඹුලාකොල, කහ ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. සැකිවදී.

ඒ ව ම .

පොල්මලේ පොතු, පුවක්බඩ, තුඹස්දළු, දෙඹම්ඇඹුලෙන් සහ අඹුකහ ඉස්මෙන් කසාරු ගානු. සැකිවදී.

ඒ ව ම .

බෝපොතු, ලුණුවරණාපොතු, කහ ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. සැකිවදී.

ඒ ව ම .

අලුදුපොතු, බෝපොතු, කහ ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු එමපොතු පොල්කිරෙන් තම්බා බඳිනු. සැකිවදී.

ඒ ව ම .

අඹපොතු කහ ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. සැකිවදී.

ඒ ව ම .

බූකැන්ද කොල පොතු පොල්ගොබ කහ ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. සැකිවදී.

ඒ ව ම .

ගොනුකැකොල, නවඅඳි, කහ, ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. සැකිවදී.

ඒ ව ම .

බෝපොතු කොඩිබැපොතු අඹුකහ කොටා මලවා පොල්කිරි ගා බඳිනු. සැකිවදී.

ඒ ව ම .

බැලතණ, ගෑනාවාරියඅල, ඇත්පෝරාකොල, කෙවරමඟියා

ඊ ව ම .

සේරුදළු, පුපුලදළු, මස්බැද්දදළු, ගස්කැප්පිටියාදළු කොහොඹකොල, කහ, ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. සතිවදී

ඊ ව ම .

සේරුදළු, ගස්කැප්පිටියාදළු, වැල්කැප්පිටියාදළු, පුපුලකොල, කහ, ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. සතිවදී.

ඊ ව ම .

නෙලුබැකොල කොටදිඹුලාකොල, කහ ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. සතිවදී.

ඊ ව ම .

පොල්මලේ පොතු, පුවක්බඩ, තුඹස්දළු, දෙඛම්ඇඹුලෙන් සහ අඹුසහ ඉස්මෙන් කසාරු ගානු සතිවදී.

ඊ ව ම .

බෝපොතු, ලුණුවරණාපොතු, කහ ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. සතිවදී.

ඊ ව ම .

අලුදුපොතු, බෝපොතු, කහ ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු එමපොතු පොල්කිරෙන් තම්බා බඳිනු. සතිවදී.

ඊ ව ම .

අඹපොතු කහ ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. සතිවදී.

ඊ ව ම .

බුකෑන්ද කොල පොතු පොල්ගොබ කහ ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. සතිවදී.

ඊ ව ම .

ගොතුකැකොල, නවඅඳි, කහ, ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. සතිවදී.

ඊ ව ම .

බෝපොතු කොඹ්බැපොතු අඹුසහ කොටා මලවා පොල්කිරි ගා බඳිනු. සතිවදී.

ඊ ව ම .

බැලතණ, හැතෑවැරියඅල, ඇත්පෝවැකොල, සහඵරමිණිසා

ඊ ට ම .

පොතු කහ සමඟ කොටා මලවා බඳිනු එම බෙහෙත් වගී සමඟ කින්බෝම්පියා පොල්එක්ක කොටා මිරිකා ගානු. සතිවදී.

ඊ ට ම .

පැණිතෙල.

කිරිඅඟුනපොතු රදලියපොතු කිරිදිවැල්පොතු තරණපොතු, කික්පොතු කහටපොතු මේ සැම කොටා ඉස්මගෙණ කකාරා පැණි සිඳ ගානු. සතිවදී.

ඊ ට ම .

කපුකිනිස්සකොල සානාවාරියකොල කහ ලූණු සමඟ කොටා මලවා බඳිනු සතිවදී.

ඊ ට ම

වටැස්ස කදුලැස්ස නවහන්දි කින්තඹුරුකොල බෝකොල කහ ලූණු සමඟ කොටා මලවා බඳිනු සතිවදී.

ඊ ට ම .

වරාකොල පොතු බූකැන්දකොල පොතු ඔටකැල්ල කහ ලූණු දමා කොටා මලවා බඳිනු. සතිවදී.

ඊ ට ම

මාදම්පොතු කහ ලූණු සමඟ කොටා මලවා බඳිනු. සතිවදී.

ඊ ට ම .

හිඹටුකොල පොතු රදලිය කොල පොතු වෙරලූපොතු කොහොඹකොල පොතු බුලත්පහුරු පෝටපහුරු එමකොල මදුවැල් ගොඩ කහ ලූණු සමඟ කොටා මලවා බඳිනු. සතිවදී

ඊ ට ම .

ගුහුල් කරඳ කොල පොතු ඇත්දෙමට පොතු කහ ලූණු දමා කොටා මලවා බඳිනු සතිවදී.

ඊ ට ම .

දෙහි නාරන් කැප්පිටියා අඹ ගස මේවායේ පිලිල කහ ලූණු සමඟ කොටා බඳිනු. සතිවදී.

ඊ ට ම .

බූකැඳ කොල කිඹුල්වැන්න කොල කහ ලූණු සමඟ කොටා මලවා බඳිනු. සතිවදී.

ඊ ව ම .

වැල්මුරුංගාකොල, පොතු, කොඩ්බැතොල, පොතු, හොදම් රිස්කොල, කහ ලූණු සමග කොටා මලවා බදිනු සැකිවදී.

ඊ ව ම .

කොටදිඹුලාකොල, පොතු, අහුකොල, පොතු, හොදම්රිස් කොල, මලම්රිස්කොල, යන මේවා කහ ලූණු දමා කොටා මලවා බදිනු සැකිවදී "අස්දුටුවයි"

ඊ ව ම .

හිරියල්, සාදිලිංගන්, වරාකොල, මුල්, අඹින් යන මේවා එක පමණට ගෙණ අඹරා සැකියේ ගා බදිනු සැකිවදී.

ඊ ව ම .

නවහඳි, සිනක්කාරන්, අන්කෙන්දකොල පොතු, කහලූණු සමග කොටා මලවා බදිනු සැකිවදී.

ඊ ව ම .

කාමරංගාපොතු ඇඹැලපොතු, අමුඉහුරු, කහ, ලූණු සමග කොටා මලවා බදිනු. සැකිවදී. අස්දුටුවයි.

ඊ ව ම.

දෙදුරු, සාදිලිංගන්, පොන්නෙරිකාලං මාංසවේරිය, අරක්කු සමග අඹරා පැසවා ගා සැකියේන් බදිනු. සැකිවදී.

ඊ ව ම .

අංකෙන්දකොල, පොතු, හිඟුරුවැල් පොතු, කැලිඳ පොතු අන්දර පොතු, කහ, ලූණු සමග කොටා මලවා බදිනු සැකිවදී.

ඊ ව ම .

බෝපොතු කොඩ්බැපොතු අමුකහ මේවා එකපමණට ගෙණ කොටා මලවා පොල්කිරිගා බදිනු. සැකිවදී.

ඊ ව ම .

සෘතාවරියඇල බටකැල්වැල් බැලහණ බූකැඳකොල පොතු කහ ලූණු සමග කොටා මලවා බදිනු සරකුන්ගේ සහ මිනිසුන් ගේ ඇට බිඳුනාවයි.

ඊ ව ම .

කිඹුල්වැන්නකොල බූකැඳකොල කහ ලූණු සමග කොටා මලවා බදිනු. සැකිවදී.

ඊ ව ම .

මෝපොතු, නෑපොතු පොල්ඔඩ, අඳුරපොතු, නරණපොතු, මේවා එකපමණම හෙණ සහ ලුණු සමඟ කොටා මලවා බඳිනු. හරකුන්ගේ සහ මිනිසුන්ගේ ඇට බිඳුනාවසි.

ඊ ව ම .

කිවිදුල්කොල, ඇපැලකොල, බූ කැන්දකොල, පොතු, සාතා මංරියකොල, සහ, ලුණු සමඟ කොටා මලවා බඳිනු. හරකුන්ගේ සහ මිනිසුනාගේ ඇට බිඳුනාවසි.

ඊ ව ම .

නහා බෙහෙතක්.

තල්මුල්, ඇත් පෝවාමුල්, බුලත්පැහුරුමුල්, පුවක්මුල්, පොල් මුල් මේවා එකපමණට හෙණ තලා ස්නානයෙන් මිනිසුන්ගේ සහ හරකුන්ගේ ඇට බිඳුනාව නහා කරණු

සැකි හැසිරීමට.

ලුණුම්බලාකොල, පොතු, සප්පොතු, දෙල්පොතු හා වරුණගම්මූ ලයෙන් හෙන කොටා මලවා බඳිනු

ඊ ව ම .

මුදුකැඳපොතු සහ ලුණු දමා පොල්කිරෙන් තම්බා බඳිනු. සැකි සම්වෙයි.

සැකි මොළොක්වීමට.

කරඳපොතු, පැණිවවපොල්, සහ සමඟ කොටා මලවා බඳිනු. සැකි මොළොක්වේ.

ඊ ව ම .

අන්නාසි පෙනිගහ සහ සමඟ කොටා මලවා බඳිනු. සැකි දරදඬුවැලෙකැයි.

ඊ ව ම .

දෙල්කිරි අන්නාසි ඇඹුල් කරඳමුල් ඉස්ම මේවා එකතරමට හෙණ පොල්කිරි සමඟ පැසවා ගානු සැකි මොළොක්වේ.

මිනින්නු හෙවත් සැකියට.

දුම්මැල්ල මස්වැන්න කොටදිඹුලාපොතු සහ ලුණු සමඟ කොටා මලවා බඳිනු එනෑසි සතට සැකිවදී. අත්දුටුමසි.

ඊ ළ ම .

ඉන්පසු සක්‍ඩි ඇදව නිඛේතම උස ඇති මැස්සක ඉදව, බර එල්ලා දිනක් ලඹු තම්බා ඔතනු. පසුවද, ගැටනිවෙල් පොත්ත කහ ලූණු ලා කොටා පොල්කිරෙන් තම්බා බදිනු

ඊ ළ ම .

දෙල්පොතු කහ ලූණු ලා කොටා පොල්කිරෙන් තම්බා බැද සැදි ගලවා හරියට තවා පසුව හැඳිඹීන් බදිනු.

ඊ ළ ම .

අඹපොතු පොල් සමග කොටා බදිනු

බෙහෙත් බැඳිය නොහැකි ස්ථාන බිඳුනාට බඩවදෙන බස්.

මුදුකැඳ පොතු, බෝම්පොතු බක්ම්පොතු, රුක්පොතු මේවා කොටා මිරිකා යුෂගෙණ ඊට මිරිස්, ඔඩිගුරා, සුදුළුනු, අඹ, කහපමණට ගෙණඅඹරා දමා අරක්කු, එඩරුතෙල්, මීතෙල් යොදා පැසවා ගැම කරණු. පොවනු. සක්‍ඩිවදී.

ඊ ළ ම .

මුරුංගාපොතු, කුප්පමේනියකොල, දෙදුරු, අසම්දගන් කිප් පිලි කරුබු, වසාවාසි සාදික්කා, අඹ, මිහාරි ජයපාල මේවා සම ව ගෙණ දෙඛම් ඇඹුලෙන් කකාරා පොවනු. කොන්ද බිඳුනාට සහ නැලුනාටත් යහපති.

ඊ ළ ම .

වැල්මුරුංගා කොල පොතු, සිවියකොල, හොඳමිරිස්කොල, ගොනුකැකොල කොටා මිරිකා පැසවා බඩට දෙනු. පිටත ගානු හැඳිවදී.

නැල්මට සහ ඇවැටවිසට පැණිතෙල.

හික්පොතු, අඟුනපොතු, කහටපොතු, කැලපොතු, බුස්සරණ වැලේ පොතු කොටා මිරිකා නිතුල්පැණි සමග කකාරා ගානු.

ඊ ළ ම .

අන්කොන්දකොල පොතු, බුරුල්ලකොල පොතු, ගිනිසාල කහ ලූණු සමග අඹරා දෙඛම් ඇඹුලෙන් කකාරා බිඳුනාට සහ නැලුනාට ගානු. යහපති.

එක්පෑ සක්කියට.

අංසිතකුවාරයෘ කොල, පොතු, කවුකරෝසන ගම්මිරිස් කොල, දෙදුරු යන මේ ඔහු කොටා මලවා බඳිනු. පෑගට සක්කි වදී.

ඊ ව ම

බෝකොල, පොතු, එම පිලිල, ගම්මිරිස්කොල, කහ ලූණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. පෑගට සක්කිවදි

ඊ ව ම .

අරළු, බුළු, නෙල්ලි, ත්‍රිඵලාවාලූ කොල, පොල්පලා, සිවිය කොල, කහ. ලූණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. පෑගට සක්කිවදී.

ඊ ව ම .

ගෙරිඇව, අංඅල්ලාපොඩිවෙච්චඇව, කුරුඳුවා බඳිනු. පෑගට උනනු. සක්කිවදී.

ඊ ව ම .

කිරිඇල්, වරකාපොතු, ඉඟුරු, මිරිස් සමග කොටා මලවා බඳිනු. සක්කිවදී.

ඊ ව ම .

අරණ්කහඅල. බෙදුරුඅල කිඟඳඅල කහ ලූණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. සක්කිවදී. තැලූම් ගුණවේ.

ඊ ව ම .

අහුකොල, පොතු මාංසවේරිය මේවා එකපමණට ගෙණ කහ ලූණු දමා කොටා මලවා බඳිනු. පෑගට සක්කිවදී. දිව්‍යරුජ බෙහෙතකි. කඩා සක්කරණු

බත්ඉතිරෙණ සක්කියට.

මුදුකැඳකොල, පොතු, අහුකොල, පොතු, කොකුකැකොල පොතු, අරත්තඅල ගම්මිරිස්කොල, එම දළු මේවා එකපමණට ගෙණ කොටා මලවා බඳිනු. බත් ඉදෙනකොට සක්කිවදී ගෝන අහන් සක්කිවදී අත්දුටුවකි.

ඊ ව ම .

තුන්පෑ සක්කියට.

දෙල්පොතු බක්මීපොතු පැගිරිමාණඅල අරත්තඅල එක පමණට ගෙන කහ ලූණු දමා කොටා මලවා බඳිනු තුන් පෑගට සක්කිවදී. අත්දුටුවකි.

මිදුකැහැකොල පොතු කෑවාපොතු ගොනුකැකොල පොතු කොමදිඹුලාකොල පොතු අඹුකොල පොතු මේවා එකපමණට ගෙණ කොවා බඳිනු. තුන්පැයට සැදිවදී.

ඊ ව ම .

සමදරාකොල කොබෝනීල කොල පොතු කහ ලුණු සමග කොවා මලවා බඳිනු. තුන්පැයට සැදිවදී.

හත්පෑ සැදියට

මඅඹ කොල පොතු බෝම් කොල පොතු කුණුමැල්ල අඹ මැල්ල හම්මිරිස්කොල කහ ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු හත් පැයට සැදිවදී.

නවපෑ සැදියට.

ඳදවීඅකොල පොතු හකුරු ඉල්ලකොල පොතු කහ ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. නවපැයට සැදිවදී. සත්තයි.

ඊ ව ම .

මහනුගපොතු බෝම්පොතු කහ ලුණු සමග කොවා මලවා බඳිනු සැදිවදී.

නිස්පෑ සැදියට.

කෑවාපොතු නවහැදි කහ ලුණු සමග කොවා මලවා බඳිනු. නිස්පැයට සැදිවදී.

හැටපෑ සැදියට.

දිවුල්කොල පොතු කහ ලුණු සමග කොටා මලවා බඳිනු. හැට පැයට සැදිවදී.

ඊ ට ම .

කෑවා පට්ටයක් තලා මියලිකහ හම්මිරිස් ලුණු පෙරුන්කා සම් එකපමණට ගෙණ අඹරා පට්ටේ ගා උනාවෙන් තම්බා කැ බුනු සැදියට ඔට්ටුකර බඳිනු දවසට සැදිවදී. අත්දුටුවයි.

ඊ ට ම .

ඇටඟෙරලිගසේකොල පොතු කහ ලුණු සමග කොටා මිලවා බඳිනු. සැදිවදී.

බාලයින්ගේ කැඩුම් බිඳුම් වලට.

කසිලමකොල මැසියකොල කහ ලුණු සමග කොවා මලවා බඳිනු.

ඊ ව ම .

කයිලකොල, මැඩියණකොල, හීනටිකාල්, කහ ලූණු සමඟ අඹ රෙටිඨයා බඳිනු. ලදරුවන්ගේ අතපය බිඳුනාවයි.

ඊ ව ම .

පොල්කටුකොල, සාකාවාරියකොල, බැලතණ, පොල් සමඟ කොවා මිරිකා ගානු. බිඳුනු සැකිවදී සම්වෙන්වයි.

ඊ ව ම .

මූං තම්බා බඳිනු. පරතම්බා බඳිනු බිඳුනු සථාන මෙළොක් වෙන්වයි.

ඊ ව ම .

කයිලකොල, කහ, ලූණු සමඟ කොවා මලවා බඳිනු සැකිවදී.

ඊ ව ම .

බවදුල්ලකොල බූකැඳකොල, පොතු, කහ, ලූණු සමඟ සහා වා මලවා බඳිනු සැකිවදී.

කැපුම් කෙටුම්වලට.

කරල්කැබෝකොල, දෙදුරු මේවා එකපමණවගෙණ කොවා තලතෙලෙන් මලවා බඳිනු

ඊ ව ම .

උනලිකුඩු අරළු සුණු තලතෙලෙන් මලවා බඳිනු. කෙටුන තුවාල තුන්දිනෙන් සුවවේ.

ඊ ව ම .

රතුලූනු, අඹුඉතුරු, එරබදුපොතු, මලබුලත්, කඩුඋහර, මේවා එකතරමට ගෙණ කොටා තලතෙලෙන් මලවා බඳිනු. මෙන්ව කැපුනත් සුවවේ.

ඊ ව ම .

ලේ නවතින්ට.

බෝදළු, ගිතෙල් අඹරා ගානු උදුවිගලිය කරල්කැබෝකොල බැඹිලකොල මකුනුවැන්නකොල මේවා අඹරා බඳිනු. කැපුන රුධිර කා වන සුවවේ. සේරුදළුකොටා බඳිනු. රුධිරවලකී

ඊ ව ම .

කාවදුනකොල පුපුලකොල කහ සමඟ අඹරා බඳිනු. කැපුම් කෙටුම් තුවාල ගුණවේ.

ඊ ව ම .

හකුරුඉල්ලකොල කඳුරුදළු ඊට පුවක්ගෙඩියක් පුලූස්සා අළුදමා සහ ලූණු සමඟ අඹරා බඳිනු. කැපුම් තුවාල ගුණවේ.

ඊ ව ම .

කඤපහර මස්වැන්න පුළුහසි පුස්වැන්න සහ සමඟ අඹරා හැනු කැපුම් ගුණවේ.

ඊ ව ම .

පුවක්ගහේසුඹුළු කළුලතාසුඹුලූ පොල්ගහේසුඹුළු රතුළුනු එකතරමට ගෙණ අඹරා බඳිනු ඇනුම්, කෙටුම්, ගුණවේ.

ඊ ව ම .

පුපුලකොල කොවා මලවා බඳිනු. කැපුම් සහ කෙටුම් ගුණවේ.

ඊ ව ම .

පුපුලකොල සහ ලූණු සමඟ කොවා තලතෙලෙන් මිලවා බඳිනු පෙනෙලකොල තලතෙලෙන් මලවාබඳිනු. කැපුම්ගුණවේ.

ඊ ව ම .

පුලිලදළු, බුත්සරණදළු, ඉල්ලදළු, සහ සමඟ අඹරා හැනු. ඇනුම් සහ කෙටුම් ගුණවේ.

ඊ ව ම .

හකුරුඉල්ලදළු, ඉල්ලදළු, ඇඹිල්ලදළු, සාවඳුනකොල, කඳුරුදළු, මේවා ඇඹිල්ල මතුරෙන් අඹරා හැනු. ඇනුම් සහ කෙටුම් තුවාල ගුණවේ.

ඊ ව ම .

මුරුවාකොල, කරඳදළු, දන්කැටියාකොල. දදකිරිය මේවා සහ සමඟ අඹරා කැපුනු තැන්වල තබනු කැපුම් සහ කෙටුම් ගුණවේ.

ලේ නවතින්ට.

බෝදළු, නාදළු, රතුළුනු මේවා බුත්සරණ ඉස්මෙන් අඹරා ලේඇත තැන්වල තබනු. කිට්ටුකරණකොට ලේඉවී. හබරල්අත් -ා මතුරගෙණ බේත් දියකර හිල්කරණු දියනොවැවේ.

ඊ ව ම .

රත්කරල්කැඹෝකොල අඹරා තබනු ලේ ඉවී.

තුවාලවලට.

කරදපොතු, තහ, ලූණු සමඟ කොටා මලවා බඳිනු. සියලු තුවාල ගුණවේ.

ඊ ට ම .

එලබටුදළු තිබ්බටුදළු ගොන්කැකිරිකොල, පුපුලදළු ඉල්ල දළු, තහ, ලූණු සමඟ කොටා මලවා බඳිනු. තුවාල සුවවේ.

ඊ ට ම .

වල්කරදදළු හින්බෝම්පියාදළු ඉල්ලදළු එරබදුදළු පුවක්ඟ සේ පිටසුඹුල මේවා තහ ලූණු සමඟ කොටා මලවා බඳිනු තුවාල සුවවේ.

ඊ ට ම

කරල්ඇබෝ කොල බුලත්පලා කොල ගිරිකිල්ල කොල වස කැල්කොල ගොන්කැකිරිකොල මේවා ඇල්දියෙන් අඹරා ගානු තුවාල සුවවේ.

ඊ ට ම .

මොණරකුඩුම්බිය පොල්පලා බුලත්පලාකොල ඇල්දියෙන් අඹරා ගානු. තුවාල නෙමනු ගිරිකිල්ලකොල අඹරා ගානු. තුවාලෙ නෙමනු ලේ වැරැල්ලකොල අඹරා ගානු. තුවාලෙටයි

ඊ ට ම

උදුවාංකාල් ගිනටිකාල් ඇල්දියෙන් අඹරා ගානු.

ඊ ට ම .

සේරුදළු ගස්කැප්පිටියාදළු මස්බැද්දදළු ගිඩිඟුරු මේවා කොටා මලවා බඳිනු. කැපුම් සහ කෙටුම් සුවවේ.

ඊ ට ම .

අමුඟුරු කරල්ඇබෝකොල සතුරුසම්මැටිය සේරුදළු කැල්කොල බුලත්කොල මේවා අමුකහ සමඟ කොටා මලවා බඳිනු. කැපුම් හා කෙටුම් සුවවේ.

උල්කටු ඇතුනාට.

පැපොල්පිනි කහ ලූණු ලා කොටා උදුනේ තම්බා කටු උල් ඇතුනාට බඳිනු.

ඊ ව ම .

යකිනෑරං දළු සහ පූණු ලා කොටං පොල්කිරෙන් සම්බා බදිනු උල්කටු ඇදෙයි.

සුළුතුවාල තෙල

කටුපිලමුල් නියඳඅල දෙමටමුල් එලඉතුරාමුල් මෙහෙම අඹරා මිනෙලව දමා කසාරුකාතු. තුවාලසුවවේ. කුඹුරුකොල එලඉ තෙලෙන් අඹරා ගානු. තුවාල සුවවේ.

ඊ ව ම .

දෙදුරු අසමඳගන් නිප්පිලි කරාබුනැටි සුදුළුනු කැකුණමල් පොතු සවිඳුවලුණු සස්සඳමුල් තිබ්බටුමුල් කෝවක්කාකොල එරකා පොතු තවනහදි පොල්එක්ක කොට මිරිකා තෙලසිඳ තුවාල වලව සහ කැපුනු කඩාගිය තැලුණු වණවලට ගානු.

ඊම ඔඩුතෙල.

මගුල්කරදපොතු, අත්තික්කාපොතු, තැදුම්පොතු බක්ම පොතු කැප්පිටිකාපොතු, බුරුල්ලපොතු, හැරඹිදුල්පොතු මෙකී දේ පොල් සමග කොටා මිරිකා තෙල් ඔද කැඩුම් බිදුම් වලට සහ අනිකුත් ඔඩුවලට තෙල් අරිනු යෙදෙයි.

ඊ ව ම .

තිබිලි නැගුනිනම් බත් පුලුස්සා අළුගෙණ කොටිවන් සමග ඉඹුල්පොතු යුසින් අඹරා ගානු. දෙතිනටුවෙන් හිල්කරණු

ඊ ව ම .

ගුරුල්ලදළු, එමමද, පොල්තෙලෙන් අඹරා ගානු තිබිලි මැෙක්.

ඔඩුතෙල.

කොකොඹපොතු, අත්තික්කාපොතු, තැඹිලිකසඋන්ලෙලි, නාපොතු, මේවා ඉස්ම පතබැගින් ඊම තලතෙල් පතක්දමා කල් කයව තිනටුක, දෙදුරු, අසමඳගත්, කසිප්පු වැල්මී, සෙන්කොට වන් මේවා මංවාඩිය බැගින් අඹරාදමා පදමට ආතැන මිඉටි මිංව, ඕ තුනක් දමා බා පෙරාගෙණ ඔඩුවට ගසනු. සුනහ කැපෙයි.

ඔඩුතෙල

මගුල්කරදපොතු, බුත්සරණවැලේපොතු මුකල බිම්සදුවැල්,

අරළු, කලන් එකහමාර බැගින් හෙණ තලතෙල් පහක්හෙණ හ කාරු පදමට ආතැන මිඉටි ඉංවාණියක් දමා පෙරා බඩු අරිනු හ හර කුණුවගිය අසාඛ්‍ය වන සහ අනිකුත් බඩුවනද සුවමේ.

පැලැඤ්ඤරස.

තුත්තන්, පල්මානික්කන් පුස්කර මේ හැම මිපැණියෙන් අඹරා පාන්කඩේ හා වනේ ඵලනු කැපෙයි.

ඊ ට ම .

බඩුවනේ ඉදිමුවට මුරුතකොල ඇල්පානුවෙන් තම්බා බඳිනු. බඩු ගුණවේ.

බඩු වනයට.

පැහිච්ච කරදමුල්හෙණ පෙරන්හා කොටා ඉස්මඑනක්හෙණ නැඹිලිකිරි අවක්සොදා තෙල් හකාරු මිඉටි කලදක් දමා පදමට සිඳ වරාපුළුන් තෙමා බඩුවට ඵලනු. බඩු ගුණවේ.

මහා බඩුතෙල

කරදමුල්, ඇත්දෙමටමුල්, කැනිදෙමවමුල්, වරුමුල්, හැරඹිදුල් මුල්, පිච්ච කොල, මදුගැට, පුලිලපොතු, මුරුවාදුල්මුල්, නවඤ්ඤි, ඇවදැන, කල්ලිපාක්කු, කරුදුපොතු, මෑදම්පොතු, අදු, කිකිරිදිය බුස්සරණපොතු මුදුකැඳපොතු, හොඳුකැකොල, කොටදිඹුලා පොතු අහුපොතු, පඹුරුකොල පොතු, මේවා වෙනවෙන කොටා ඉස්ම එන එන බැගින් සැලියට දමා දෙහිඇඹුල් එකයි. නැඹිලි කිරි අටයි, තලතෙල් බාගයයි. කල් කයට අරළු බුළු තෙල්ලි. පස් කුලුබඩු පල්මානික්කන්. කසිප්පු දෙදුරු. කොටිවන්. රහදිය. කිරියල් හදුන්. අගිල් පෙරුම්කාගම් මේවා කලද බැගින් අඹරා සොදා මිඉටි කලදක් දමා පදමට සිඳ බඩු වනයට පිඹිනු. වීහසට ගුණවේ. සන්ධි වද්න්ඩ තෙල්හා මේහෙත් ඊපිට කිඹා බඳිනු සන්ධි වදියි. බඩුවන පරංනිවන ගුණවේ සියලු මහා අරමුණවන ගුණවේ. බඩුවනයට පිඹිනු. රිවිදුටු පිණිසේ ගුණවේ. අත්දුටු බඩු තෙලයි. කැපුනු තැනට අල්ලනු සැනෙන් ගුණවේ.

ඊ ට ම

බඩුවනල.

නියඳඅල බේදුරුඅල රම්මේනිස්ස පිච්චකොල බෝපොතු කොහොඹපොතු ඇකුරුඉල්ලපොතු කරදපොතු කොමා ඉස්ම

එක බැසින් හෙණ ඇ·ත්තියට මත්කොට කැඹිලිකිරි තලතෙල් පිඹුරුතෙල් සෙදෑ අරුම බුළු කයිප්පු පල්මංකිස්සන් කල්ක කර හෙණ පදමට සිද ඔබ්බ මතඇට පිඹිනු. කැප්පකාට සහ උල් ඇඹි නාව අල්මනු. පැහෙයි.

ව්‍රණ ඩොවන කෂාය

ඇද්දෙම්මපොතු කරදපොතු බෝඹුපොතු කැබැල්ලපොතු අත්තික්කාපොතු මිදෙල්ලපොතු මෑදම්පොතු බුළුපොතු මේවා කොටා සැලියකට දමා ඇඹිල්ලවතුර එකයි අරක්කු එකයි. සකඩ මලකඩ එතුර එකයි. කයිප්පු අඹරා දියකර මදක් කහා රා වණ සෝදනු තුන්මරුවට සුදුවේ.

තවද හඟන රෙගය සම්බන්ධ බෙහෙත් විකිණෙන්නෝ ඇත් නේවිනමුදු අප විසින් සම්පාදිත ලිපිය මෙතෙකින් සමාප්ත කරමු.